

刚出院又入院？心衰易损期不容忽视

心力衰竭(心衰)作为心血管疾病发生和发展的最终阶段,由于其患病率持续上升、死亡率和再住院率居高不下、严重影响患者生活质量,反复住院产生高昂的经济负担。虽然治疗的手段在逐步发展,但心衰已成为二十一世纪重大的公共健康问题。多数患者在住院期间经过系统治疗后,症状体征都能得到明显缓解而出院,但是出院后早期阶段仍然是再入院和死亡的高发时期。

高媛

上海远大心胸医院心衰中心主任、上海心衰中心委员张雅君教授介绍,2018年中国心力衰竭诊断及治疗指南首次引入易损期概念。《指南》称,心衰住院患者出院后2-3个月内死亡率和再住院率高达15%和30%,在易损期当中,出现心力衰竭的发作是一个常见现象。关注易损期内心衰患者的临床特点并在现有治疗策略上进行优化,协助患者平稳度过这一关键时期,是当前心衰领域面临的一项严峻挑战。

出院后早期阶段是心衰患者易损期

虽然住院期间经过系统治疗后,多数心衰患者症状体征都能得到

明显改善而出院,但患者的心功能损害在这一时期出于不稳定状态仍未完全恢复,出院后早期阶段仍然是有复发的可能。张雅君教授表示,有研究显示,心衰患者出院后第1个月内全因死亡风险是无心衰住院患者的6倍,出院后第1至3个月全因死亡的风险则为4倍多,该风险随着出院时间的延长而逐渐减低。

研究显示,心功能不全加重是导致易损期内心衰患者死亡或再入院的重要病理生理学基础。此外,心衰患者心功能不全急性发作时,通常需在医院内接受系统血管活性药物进行强化治疗,待心功能好转后,逐渐调整药物剂量直至停用。易损期内心衰患者口服药物仍处于调整阶段,是不良事件发生风险较高的另一个原因。张雅君教授强调,这一时期内的治疗方案对心衰患者的远期预后具有至关重要的影响,优化治疗方案可以更好地改善患者心功能,降低后续风险。

心率增快与死亡风险密切相关

近年来,心率管理问题日益受到重视。有研究表明,心率持续加快是慢性心衰患者死亡风险增加的独立危险因素,平均心率每增加1次/分,心血管死亡、心衰恶化再入院的风险增加3%。心衰患者心率控制,即可作为临床治疗的一项监测指标,同时也是改善预后的指标,其最终目的是通过控制较快的心率,改

善患者的临床症状,提高生活质量,降低住院率及死亡率,改善长期预后。窦性心律患者的心率控制,总体目标静息心率维持在55-60次/min为宜。心房纤颤的患者建议静息心率控制在<90次/分。

EFFECT-HF研究结果显示,出院时心率加快与患者出院后早期(即易损期)全因死亡率以及再入院率升高密切相关。另一项来自法国的多中心前瞻性观察研究则针对1658位心衰患者出院后进行了为期一年的随访,结果显示出院时心率增快预示患者远期死亡风险升高。因此,张雅君教授提醒,易损期心衰患者心率持续增快会导致心衰症状加重及远期预后不良,应当密切关注此阶段内患者的心率控制。

然而,我国心衰患者出院时及门诊期间的心率控制均不理想。China-HF研究结果显示,我国心衰患者出院时平均心率为83次/分,β受体阻滞剂使用率为70%,平均使用剂量不到目标剂量的20%;而参与QUALIFY研究的921例中国慢性心衰门诊患者的平均心率为78次/分,均与指南推荐目标相去甚远。

张教授总结,心衰患者出院后的前3个月是再入院和死亡发生的高危阶段,即易损期。此阶段内心率持续增快将导致心衰患者心血管不良事件发生风险增加。在标准治疗基础上及早联合特定药物能有效降低静息心率,有助于改善心衰患者的症状、心功能及远期预后,是易损期心衰患者心率控制的一个有益选择。

优化慢性心衰可降低易损期心血管事件发生率

《指南》中提出,优化慢性心衰的治疗是降低易损期心血管事件发生率的关键,因患者病情不稳定,需进行药物调整和监测。

不同心衰人群也需“量体裁衣”,个性化治疗。老年人心衰多是基础心血管病发展到终末阶段,或者心脏结构上出现退行性瓣膜病;而年轻人心衰多以心肌炎、心肌病、先天性心脏病等多种疾病所致。针对孕妇,则需要考虑是否由于孕程后期引起心脏改变,然后进一步确定有无基础病变,做出评估再进

专家简介

张雅君

上海远大心胸医院心衰中心主任,上海心衰中心委员,上海远大心胸医院VIP中心主任,原交通大学附属同仁医院特需中心主任。上海医学会心血管专业委员会委员、上海心衰中心委员、上海心血管健康联盟心衰中心委员、中国远程医学学会心脏监护专家委员会专家委员、曾任中华医学会辽宁心血管分会委员、曾任老年康复医学会心血管专业副主任委员。参加过国家九五高血压课题研究,完成冠心病、冠心病研究的多项课题,多次获科技进步奖。中国实用内科杂志特约编

行治疗。

张雅君教授指出,对于老年人,医生需评估其器官功能,考虑多种疾病并存的情况,注意药物协同反应,从原发病开始治疗心衰。此外,对于已经有心衰症状及潜在的心衰患者,张雅君教授有以下建议:1、找到一个心内科专家(心衰治疗专家),全程关注心脏结构和功能的变化,指导相关治疗和心脏康复;2、定期做心脏超声,了解心脏有无扩大及发展,3-6个月一次,最好找同一心脏超声医师检查;3、建议有心衰症状的患者定期进行BNP,NT-PROBNP(B型尿钠肽)检测,预防症状性心衰发作或复发。



委,发表医学论文30余篇。

擅长冠心病、高血压、心律失常、心力衰竭等心血管高发病的诊疗与诊断,从事冠状动脉及大血管造影及介入治疗、二尖瓣狭窄球囊扩张术和肺动脉瓣狭窄球囊扩张术等数千例。

全市征集50名松动牙、残牙根患者 口腔专家提醒:不拔牙 不受苦 想吃啥吃啥

“我这岁数哪敢拔牙,更别说一拔好几颗,简直要命了!”71岁的王叔叔提到拔牙很恐惧。

“牙齿松了,吃饭丁点满足感没有,顿顿流食,老这么吃肠胃病最近还加重了!”李阿姨对于满口的松牙愁容满面,“有没有不拔牙又能镶牙,固定松牙,让我好好吃饭的方法?”

中老年人对待松牙,能不拔千万不要拔。口腔疑难杂症江文才说道:“现代口腔修复技术对于满足保牙条件(动度在2-3度)的松牙完全是可以保住的,无需拔牙。固定住的松牙与好牙同样使用,吃各类美食,享受好口福。”

松牙难保 高血压老人求医 四处碰壁

“松牙我以前倒没觉得非要保不可,但是高血压让我无法接受拔牙,拔牙的痛苦也许我能忍受,但是可能出现的拔牙大出血,我从心底就发憷。”郑叔叔回忆道,“这是我去大医院时医生对我的警告!”

后来,郑叔叔又连续去过多家医院,但都被告知他的松牙需要拔掉。“我觉得我的牙虽然松了,但是没到非拔不可的地步,这毕竟也是我的一个器官啊!”郑叔叔想要保真牙的诉求非常强烈。

“像郑叔叔这种保真牙的意识是非常值得肯定的!”口腔疑难杂症专家李思凝说道,“真牙上有牙周膜,吃饭时可以感知食物的大小、软硬、味道,食之有味这是真牙才能做到的;每多保一颗真牙,就能增加更多嚼劲。另外,上了年纪的老人人体机能下降且慢性病多发,像血压偏高且有心脑血管方面损伤的老人,一定不能拔牙,会有生命危险。”

拖延两年 松动牙从1颗变6颗

不想拔牙,四处求医被拒后,郑叔叔选择了忍耐。粥成了每天的主食,吃水果都得榨汁喝,就这样不到2年时间,原本的2颗

松牙,变成6颗,“难道松动牙还能传染?”

关于这个问题,李思凝专家解答道:“牙周病导致的牙槽骨吸收会使牙齿支持组织的量减少,当吸收程度达根长的1/2以上时,松动度增大,邻牙开始变松,从1颗传染为多颗。只要牙周炎症不消除,2年以后,松动牙自然会从2颗变为6颗,甚至更多。”

套筒冠夹板固位 让松牙多用10年

“我之前去医院检查过,除了一颗牙是3度以上松动度外,其余的松牙都是2度。不过想要好好吃饭的话,必须将松牙全部拔掉,找好牙做挂钩假牙,我没有接受,因为我感觉我其他的松牙没有松到非拔不可!是可以保住的!”郑叔叔认为自己满口的松牙,大多数是可以保住的,不应该随便拔掉。

“临床上鉴定为2-3度的松动牙,采用套筒冠修复技术是完全可以保住的”口腔疑难杂症专家贾俊豪说道,“它利用内冠将多颗松牙重新固位,建立新的咀嚼单位。套筒冠的最大优势是能合理分散咬合压力,保护基牙,快速恢复咀嚼功能。而且内冠和外冠双向嵌套,使得日常摘戴很方便,易于清洁,从而减少细菌滋生,抑制牙周炎症,延长松牙的使用寿命。”口腔疑难杂症专家贾俊豪说道。

征集50位松动牙、残牙根老人 口腔疑难杂症专家面对面公益活动

为了让更多中老年人尽早摆脱松牙痛苦,8月30日—31日,新民健康特联合知名口腔机构开启“松牙保卫战”科普讲座。口腔疑难杂症专家现场面对面答疑,给出松牙修复建议。

报名条件:50岁以上有多颗松动牙、残牙根、缺失牙的中老年朋友均可报名参加



报名成功

- 免费参加“无挂钩、保松牙、套筒冠技术”科普
- 国内知名中老年口腔专家亲临,面对面咨询答疑。
- 有机会获赠中老年专用口腔护理套装(内含牙刷、中老年专用牙膏、义齿清洁片、义齿按摩刷、义齿护理盒、义齿刷)

活动时间:8月30日—8月31日

报名参加:新民健康咨询热线:021—

52921706

或编辑短信“爱牙+姓名+联系方式”发送至19901633803 参与报名!

(每次活动名额限50名)

口腔疑难杂症专家介绍

李思凝

中华口腔医学会会员
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特训医师
从事高端口腔临床工作十五年,专注牙列缺损、牙列缺失等口腔修复问题,针对精密附着体修复和种植牙修复具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。

江文才

中华口腔医学会会员
华中科技大学同济医学院口腔医学专业
中国老年学学会健康促进行动特聘医师
ITI国际口腔种植学会会员
韩国Dentium种植系统特训医师
从事高端口腔临床工作十余年,专注精密附着体及套筒冠修复,针对精密附着体修复和种植牙修复具有丰富的临床经验和精湛的技术水平。

本版此次活动为公益活动,不向参加者推荐医疗服务或其他商品,相关信息仅供参考。